**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Смоленской области

Администрация муниципального образования «Тёмкинский район» Смоленской области МБОУ Бекринская МООШ муниципального образования «Тёмкинский район» Смоленской области

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Рассмотрена»  на заседании ШМО  Протокол от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024г.  № \_\_\_\_\_\_\_\_\_  Председатель ШМО:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Алексеева Т.А./ | «Принята»  на заседании педагогического совета  Протокол от  «28» августа 2024г. №01-ПС\_\_ | «Утверждена»  приказом от  «28» августа 2024 г.  № 128-ОД  Директор школы:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Петрова Л. С./ |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного курса внеурочной деятельности

**«МИР ПОДВИЖНЫХ ИГР»**

**Форма организации:** кружок

**КТП:** 2024-2025 учебный год

**Направление:** спортивно-оздоровительное

**Возраст:** 4 класс

**Срок реализации: 1 год (34 ч.)**

**Составитель:** Алексеевой Т.А., учителем физической культуры

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

В ходе реализации рабочей программы курса внеурочной деятельности «Мир подвижных игр» для 4 классов у обучающихся будут сформированы личностные, метапредметные, предметные результаты.

***Личностными результатами*** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

 активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

 проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

 проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

 оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

 понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;

 целостный, социально ориентированный взгляд на мир;

 ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;

 освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность.

***Метапредметными результатами*** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Регулятивные УУД:**

 уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

 оценивать собственное поведение и поведение партнѐра;

 планировать цели и пути их достижения;

 планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

 конструктивно разрешать конфликты;

 адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

 вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;

**Познавательные УУД:**

 добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;

 осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;

 перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

 преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;

 устанавливать причинно-следственные связи.

 оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

**Коммуникативные УУД:**

 овладение диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение при взаимодействии со сверстниками;

 общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

 управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

 умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

 умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

 готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

 взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

 умение высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;

 умение совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;

 допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

 умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

 умение формулировать собственное мнение и позицию.

***Предметными* *результатами*** освоения учащимися курса являются следующие умения:

 представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

 оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

 организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

 бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

 организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

 взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

 в доступной форме объяснять правила выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

 применять технические действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности;

 применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

***В результате освоения курса внеурочной деятельности «Мир подвижных игр» учащиеся 4 классов должны*** ***иметь представление****:*

 о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

 о режиме дня и личной гигиене;

 о способах изменения направления и скорости движения;

 об играх разных народов;

 о разновидности подвижных игр;

 о соблюдении правил подвижных игры

***уметь:***

 выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

 выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

 играть в подвижные и спортивные игры;

 выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

 выполнять строевые упражнения;

 соблюдать правила подвижных игр.

**Ожидаемые результаты:**

 высокий уровень мотивации здорового образа жизни;

 укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;

 формирование двигательных действий с мячом;

 соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом,

 самостоятельная организация и проведение подвижных и спортивных игр в малых группах сверстников;

 соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;

 владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр – проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

*Ученик научиться:*

-активно играть, соблюдать правила поведения во время подвижных игр;

-самостоятельно находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

- правильно выбирать спортивную одежду в зависимости от времени года и погодных условий;

-контролировать уровень своей двигательной подготовленности, самочувствия.

*Ученик получит возможность научиться:*

- вырабатывать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;

- сознательно применять физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

-измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;

-оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

-обобщать и углублять знания об истории, культуре народных игр;

- умению работать в коллективе.

**Способы проверки знаний и умений**: участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы; открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

**Формы подведения итогов** реализации дополнительной образовательной программы: результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях: Весёлые старты; спортивные эстафеты, «День здоровья».

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«МИР ПОДВИЖНЫХ ИГР»**

**4 КЛАСС**

**I. Основы знаний о подвижных играх** (включаются во все занятия). Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

**II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь** (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

**III. Игры**

**Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11ч)**

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», «Невод», «Третий лишний», «Перемена мест», «Третий лишний», «Вызов номеров», «Салки с ленточками», «Заяц без места», «Кто обгонит», эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка», «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей -

«Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

**Подвижные игры с элементами спортивных игр (10ч)**

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», " «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», Эстафеты с мячом.

**Народные игры (6ч)**

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки»,

«Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок», «Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

**Зимние забавы (4ч)**

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты.

**Соревнования (3ч)**

Проведение соревнований по различным видам.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела, темы** | **Форма**  **проведения занятий** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
| **Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики. (11ч)** | | | |
| 1 | |  | | --- | | Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи». | | Практическое | https://edsoo.ru/  «Сферум» https://sferum.ru  http://spo.1september.ru/  http://zdd.1september.ru/  http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library |
| 2 | Подвижные игры  «Космонавты», «Невод». | Практическое |
| 3 | Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест». | Практическое |
| 4 | Подвижная игра «Вызов  номеров». | Практическое |
| 5 | |  | | --- | | Подвижная игра «Кто  обгонит», эстафеты | | Практическое |
| 6 | Подвижная игра «Кто   |  | | --- | | обгонит», эстафеты | | Практическое |
| 7 | Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». | Практическое |
| 8 | Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку». | Практическое |
| 9 | Эстафеты с прыжками | Практическое |
| 10 | Подвижная игра «Кто дальше бросит». | Практическое |
| 11 | Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет». | Практическое |
| **Раздел 2.Народные игры. (6ч)** | | | |
| 12 | Подвижные игры «Колечко», «Ручеек». | Практическое | https://edsoo.ru/ |
| 13 | Подвижные игры  «Попрыгунчики»,«Салки» | Практическое | «Сферум» https://sferum.ru  http://spo.1september.ru/  http://zdd.1september.ru/  <http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library> |
| 14 | Подвижные игры «Чехарда» «Кошки- мышки». | Практическое |
| 15 | Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей». | Практическое |  |
| 16 | Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз». | Практическое |
| 17 | Подвижные игры «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки». | Практическое |  |
| **Раздел 3. Зимние забавы. (4ч)** | | | |
| 18 | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу». | Практическое | https://edsoo.ru/  «Сферум» https://sferum.ru  http://spo.1september.ru/  http://zdd.1september.ru/  http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library |
| 19 | Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне». | Практическое |
| 20 | Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист». | Практическое |
| 21 | Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты. | Практическое |
| **Раздел 4. Подвижные игры с элементами спортивных игр. Соревнования. (13ч)** | | | |
| 22 | Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. | Практическое | https://edsoo.ru/  «Сферум»  https://sferum.ru  http://spo.1september.ru/  http://zdd.1september.ru/  <http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library> |
| 23 | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | Практическое |
| 24 | Броски в цель | Практическое |
| 25 | Подбрасывание и подача мяча. | Практическое |
| 26 | Прием и передача мяча в  волейболе. | Практическое |
| 27 | Удары и остановка мяча ногой. | Практическое |
| 28 | Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру. | Практическое |
| 29 | Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени». | Практическое |  |
| 30 | Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель». | Практическое |
| 31 | Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки». | Практическое |
| 32 | Соревнование по дартсу. | Практическое |
| 33 | Промежуточная аттестация. Спортивная эстафета. | Практическое |
| 34 | Соревнование «Пионербол» | Практическое |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (4 класс)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Кол-во**  **часов** | **Дата проведения** | |
| **по плану** | **по факту** |
| **Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики. (11ч)** | | | | |
| 1 | Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи». | 1 | 03.09 |  |
| 2 | Подвижные игры «Космонавты», «Невод». | 1 | 10.09 |  |
| 3 | Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест». | 1 | 17.09 |  |
| 4 | Подвижная игра «Вызов номеров». | 1 | 24.09 |  |
| 5 | Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места». | 1 | 01.10 |  |
| 6 | Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты. | 1 | 08.10 |  |
| 7 | Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». | 1 | 15.10 |  |
| 8 | Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку». | 1 | 22.10 |  |
| 9 | Эстафеты с прыжками | 1 | 05.11 |  |
| 10 | Подвижная игра «Кто дальше бросит». | 1 | 12.11 |  |
| 11 | Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет». | 1 | 19.11 |  |
| **Раздел 2.Народные игры. (6ч)** | | | | |
| 12 | Подвижные игры «Колечко», «Ручеек». | 1 | 26.11 |  |
| 13 | Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки». | 1 | 03.12 |  |
| 14 | Подвижные игры «Чехарда», «Кошки- мышки». | 1 | 10.12 |  |
| 15 | Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей». | 1 | 17.12 |  |
| 16 | Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз». | 1 | 24.12 |  |
| 17 | Подвижные игры «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки». | 1 | 14.01 |  |
| **Раздел 3. Зимние забавы. (4ч)** | | | | |
| 18 | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу». | 1 | 21.01 |  |
| 19 | Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне». | 1 | 28.01 |  |
| 20 | Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист». | 1 | 04.02 |  |
| 21 | Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты. | 1 | 11.02 |  |
| **Раздел 4. Подвижные игры с элементами спортивных игр. Соревнования. (13ч)** | | | | |
| 22 | Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. | 1 | 18.02 |  |
| 23 | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | 1 | 25.02 |  |
| 24 | Броски в цель. | 1 | 04.03 |  |
| 25 | Подбрасывание и подача мяча. | 1 | 11.03 |  |
| 26 | Прием и передача мяча в волейболе. | 1 | 18.03 |  |
| 27 | Удары и остановка мяча ногой. | 1 | 01.04 |  |
| 28 | Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру. | 1 | 08.04 |  |
| 29 | Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени». | 1 | 15.04 |  |
| 30 | Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель». | 1 | 22.04 |  |
| 31 | Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки». | 1 | 29.04 |  |
| 32 | Соревнование по дартсу. | 1 | 06.05 |  |
| 33 | Промежуточная аттестация. | 1 | 13.05 |  |
| 34 | Соревнование по подвижной игре «Пионербол». | 1 | 20.05 |  |

**Материально-техническое обеспечение программы по учебному курсу**

**внеурочной деятельности «Мир подвижных игр»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения** | **Примечание** |
|  | УМК по учебному предмету |  |
| **1** |  Авторская программа В.И.Ляха по учебному курсу «Физическая культура» (1-4 классы, образовательная система «Школа России»)   Учебник «Физическая культура», 1-4 классы, В.И. Лях - АО «Издательство «Просвещение», 2021, 2022гг. | Используется учителем и обучающимися |
|  | **Электронные и печатные образовательные и информационные ресурсы** | |
| **2** | Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре:  для учителя   Авторская программа В.И.Ляха по учебному курсу «Физическая культура» (1-4 классы, образовательная система «Школа России»)   Учебник «Физическая культура», 1-4 классы, В.И.Лях - АО «Издательство «Просвещение», 2021, 2022гг.   «Физическая культура в школе» книга для педагога, Ю.А. Янсон; Ростов н/Д: «Феникс», 2004г   «Справочник учителя физической культуры», П.А. Киселев, С.Б. Киселева; Волгоград: «Учитель»,2008г.   «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы», Н.И. Дереклеева; М: «ВАКО»,2007г.   «Подвижные игры. Практический материал», Л.В. Былеева, И.М. Коротков, Р.В. Климкова, Е.В. Кузьмичева; М.: СпортАкадемПресс, 2002г.   «500 игр и эстафет», В.В. Кузин, С.А. Полиевский, А.Н. Глейберман, И.П. Залетаев, И.М. Борисов; М.: Физкультура и спорт, 2000г.   «Физическая культура. Упражнения и игры на занятиях в начальной школе», В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий; М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2006г.   «Физическая культура. Упражнения и игры с мячами», В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий; М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2002г.  для обучающихся, родителей   Учебник «Физическая культура», 1-4 классы, В.И.Лях  - АО «Издательство «Просвещение», 2021, 2022гг. |  |
| **4** | **Интернет-ресурсы:**   Федеральный портал «Единое содержание общего образования» https://edsoo.ru/   Информационно-коммуникационная платформа «Сферум» <https://sferum.ru>   http://spo.1september.ru/ 1 сентября журнал «Спорт в школе»   http://zdd.1september.ru/ 1 сентября журнал  «Здоровье детей»  http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library Социальная сеть работников образования | Используется учителем и обучающимися |